



REGLAMENT DE LA 23a TRENKAKAMES

Marxa puntuable per al Circuit Català de Caminades de Resistència de la FEEC

Article 1. Naturalesa de la prova

La Trenkakames és una caminada de resistència no competitiva, on preval el repte personal i la superació individual, així com la germanor i solidaritat entre participants. **Forma part del Circuit Català de Caminades de Resistència (CCCR) de la FEEC.**

La distància aproximada és de **55 quilòmetres**, i el **temps màxim** per completar-la és de **15 hores**.

Article 2. Informació i control

L'organització facilitarà als participants:

- El recorregut detallat.
- La localització i horaris d'avituallaments i controls de pas.
- Una dorsal, que haurà de ser presentat a tots els controls i avituallaments.
- Un número de telèfon d'emergència del Control Central.

Tot l'itinerari estarà senyalitzat amb cintes, fletxes i/o pintura blanca o groga.

Article 3. Recollida de dorsals i sortida

La recollida de dorsals serà el **dia 4 d'octubre, de 7:00 a 7:45 h**, a **La Lira Vendrellenca** (c/ Sant Jordi, 7, El Vendrell).

La sortida oficial de la prova serà el **4 d'octubre a les 8:00 h**, davant de la mateixa entitat.

Article 4. Desqualificacions

Serà motiu de desqualificació:

- No portar la llicència federativa vigent i el DNI.
- No seguir les indicacions de l'organització.
- No comunicar incidències o accidents observats.
- No assistir altres participants en cas de necessitat.
- No respectar propietats privades o conreus.
- Llençar deixalles fora dels espais habilitats.
- No portar el material obligatori.
- Superar els temps límit de pas als controls.

Article 5. Seguretat i responsabilitat

La Trenkakames és una prova de resistència amb trams nocturns o de poca visibilitat, i per tant **cal portar material reflectant homologat**, especialment en encreuaments i zones asfaltades.

Els participants han d'estar físicament preparats per a la distància i dificultat de la prova. Participen **sota la seva responsabilitat personal i eximeixen l'organització de qualsevol problema mèdic derivat del seu estat físic**.

En cas d'abandonament, **el retorn serà responsabilitat del participant**, excepte si es produeix per accident o causa mèdica justificada.

Article 6. Participació de menors

- **Edat mínima:** 14 anys el dia de la prova.
- **Menors de 18 anys:** han de lliurar una autorització paterna o de tutor legal.
- **Menors de 16 anys:** han d'anar acompanyats durant tot el recorregut per un adult responsable. **Si el menor abandona, l'acompanyant també haurà d'abandonar.**

L'organització es reserva el dret d'admissió per a participants menors d'edat.

Article 7. Animals de companyia

No està permesa la participació amb animals de companyia per motius de seguretat i logística.

Article 8. Material obligatori

Tots els participants hauran de portar:

- Manta tèrmica (mínim 1,4 x 2 m).
- Motxilla.
- Dipòsit d'aigua (mínim 1 litre).
- Frontal amb piles/bateries de recanvi.
- Material reflectant homologat.
- Telèfon mòbil amb bateria al 100%, GPS activat i programari indicat per l'organització (per exemple: WhatsApp, Wikiloc, App de seguiment GPS...).

Article 9. Inscripcions

Les inscripcions s'han de fer a través del portal de la FEEC:

👉 <https://inscripciones.feec.cat/llistat/>

Quotes d'inscripció:

Tipus de participant	Preu (€)
Soci de La Lira Vendrellenca, d'entitat adscrita al Grup III Vegueria de la FEEC o del C.E. Muntanyenc Creixell, amb llicència federativa FEEC	27,00
Soci GMLV sense llicència federativa	35,80
No soci, amb llicència federativa FEEC	37,00
No soci, no federat	45,80

El preu inclou 7,30 € de llicència temporal segons el Pla d'assegurances FEEC 2025.

Cal portar el DNI i la llicència federativa el dia de la prova.

Data límit d'inscripció ordinària: 14 de setembre.

La organització **podrà ampliar** de forma excepcional la **data d'inscripció** fins al 29 de setembre. **Aquelles persones inscrites amb posterioritat al 14 de setembre no tindran dret a percebre el material commemoratiu de la prova** (samarreta, bossa del corredor, obsequis, etc.)

Article 10. Límit de participants

La participació està limitada a **300 persones**.

Article 11. Abandonaments.

En cas d'abandonament voluntari, el participant **haurà de notificar-ho obligatòriament a l'organització mitjançant el número de contacte facilitat.**

El **retorn** al punt d'inici o a qualsevol altre lloc serà **responsabilitat del participant i s'haurà de fer pels seus propis mitjans.**

Només en casos de **lesió, accident o malaltia justificada**, l'organització coordinarà el **rescat o transport** mitjançant els serveis mèdics o de protecció civil.

Article 12. Cancel·lació

Un cop formalitzada la inscripció, **no es permetrà la seva cancel·lació ni el reemborsament de l'import abonat**, excepte en casos de suspensió de la prova per part de l'organització.

Tampoc s'admetrà el traspàs de la inscripció a una altra persona ni el canvi de titularitat.

Article 13. Dret d'exclusió

L'organització pot retirar de la prova qualsevol persona que:

- No presenti condicions físiques òptimes.
- Incompleixi aquest reglament o les normes FEEC.

Article 14. Modificacions i cancel·lació

L'organització es reserva el dret de modificar el recorregut, horaris o normativa, així com suspendre l'activitat si les condicions meteorològiques o de seguretat ho aconsellen.

Article 15. Acceptació

El fet d'inscriure's implica l'acceptació íntegra del present reglament, així com el del Reglament del CCCR 2025.

Organitza:

Grup de Muntanya de La Lira Vendrellenca

 www.gmlira.cat ·  secretaria@gmlira.cat